Joue de bœuf cuite

Décongélation : Plonger directement la joue de bœuf sous vide dans l'eau froide de 15 à 40 minutes. **Jusqu'à décongélation complète.** La décongélation peut aussi être faite une journée avant.

Méthode de cuisson : **Sur la cuisinière**

- Mettre le sac sous vide directement dans un chaudron rempli d'eau.
- Porter à ébullition et laisser bouillir 9 à 12 minutes, selon la grosseur du paquet, afin de réchauffer la viande jusqu'au centre.
- Retirer le chaudron du feu. Sortir le sac de l'eau et servir la viande. Attention, le sac et le contenu sera très chaud !

Accompagnement de frites de patates douces au four :

1. Laver les patates douces, les éplucher et les couper en frites de même épaisseur.
2. Dans un récipient, verser l'huile d'olive et le paprika. Mélanger bien l'ensemble. Verser les frites dans le récipient et mélanger bien le tout. Les frites de patates douces doivent être bien enrobées d'huile au paprika.
3. Étaler les frites sur une plaque. Saupoudrer de sel. Enfourner pendant 40 minutes (four préchauffé à 180°C). Retourner à mi-cuisson. Lorsqu'elles sont dorées, les retirer du four et il ne reste qu'à les déguster bien chaudes avec votre joue de bœuf!

La joue de bœuf peut également être réchauffé au four. Il suffit de sortir la viande ainsi que son bouillon, le mettre dans un plat allant au four. Couvrir et laisser seulement le temps qu'elle réchauffe. *Ne pas la mettre trop longtemps, la joue de bœuf est déjà cuite !* *Bon appétit !*

Les ingrédients : Joue de bœuf, poivre, sel.

Distribution 4 fourchettes
Surgelés haut de gamme
Viandes rouges
Poissons
Fruits de mer

POUR INFORMATION : (819) 432-0808